



讀聖書、做默想是我們的精神食糧

聖母進教者之佑善會提供以下的默想和祈禱素材，鼓勵基督徒及善心人士每天用 15 分鐘靜下來，閱讀和默想主的話，並付諸實行。(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。本會並歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)

【每日聖言分享】

撒 1:9-20
撒 2:1,4-5,6-7,8
谷 1:21-28

14.01.2020 【聖言的力量】

「這是新的教訓，並具有權威」(谷 1:27)



默想：耶穌的話使人驚奇，甚至把邪魔驅走。這就是聖言的力量，「新的教訓」(谷 1:27)能改變人，因為耶穌的權威並不來自地上，而是來自他的天主性。

在古時許多疾病使人在言語行為上與常人異，被視為邪魔附體。現今社會充滿張力，人的精神壓力很大。早前看到媒體報導一個去年 6 至 7 月期間的調查，結果顯示香港人的精神健康指數並不理想。

這情況經過這幾個月的发展，相信只會更差。事實上在過去一段時間，有許多思言行真的是有異於平常，更好像有感染力會擴散似的。

讀經一撒慕爾先知的母親亞納，在困難時向上主傾吐心意，把一切交托於天主，便「不再愁容滿面」(撒 1:19)。在我們這個好像著了魔的時代，更需要像亞納一樣，知道自己的有限，懂得尋求天主。

教宗方濟各在一次彌撒講道中強調，天主聖言的力量是耶穌本人，並且鼓勵我們把一部福音書，裝在衣袋裡，放在皮包內，日間一有空便閱讀一段，在其中尋找耶穌。我想，當我們更多接觸聖言，默想耶穌基督以他的生命向我們講的教訓，特別是他的愛，必能堅定我們，使我們面對世界的壓力而不用愁容滿面。

我的祈禱：主耶穌，求祢讓我記得時時倚靠祢，仰望祢；並賜給我一顆謙卑的心，去聆聽祢的聖言，感受祢對我的愛，改變我和我所處的世界。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓
網址：<http://www.maryhcs.org> 電話：2838 0780
電郵：bonfire@maryhcs.org 傳真：2838 0876

我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。
 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。
 我願意響應聖母進教者之佑會呼籲，嘗試每天讀聖書做默想。

姓名：_____ (中) _____ (英) 電郵：_____

地址：_____ 電話：_____ 日期：_____



讀聖書、做默想是我們的精神食糧

聖母進教者之佑善會提供以下的默想和祈禱素材，鼓勵基督徒及善心人士每天用 15 分鐘靜下來，閱讀和默想主的話，並付諸實行。(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。本會並歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)

【每日聖言分享】

撒 1:9-20
撒 2:1,4-5,6-7,8
谷 1:21-28

14.01.2020 【聖言的力量】

撒慕爾紀上 1:9-20

亞納在史羅吃喝完以後，就起來走到上主面前；那時司祭厄里正對著上主聖殿門口，坐在椅子上。亞納心靈愁苦，哀求上主，不斷痛哭流淚；且許願說：「萬軍的上主，若你垂顧你婢女的痛苦，記念我，不忘你的婢女，賜你婢女生一個男孩，我就將他一生獻於上主，一輩子不給他剃頭。」亞納在上主面前祈禱很久，厄里曾注意到她的嘴唇；亞納只是心內訴說，嘴唇微動，卻聽不到她的聲音，厄里卻以為她喝醉了，就對她說：「你要醉到幾時？消消你身上的酒氣吧！」亞納答說：「我主！你想錯了；我是個遭遇不幸的女人，清酒烈酒總不沾唇；我是在上主面前傾吐我的心意。望你不要以為你的婢女是個壞人，因為我由於極度的痛苦悲傷，才一直傾訴到現在。」厄里回答她說：「你平安去吧！願以色列的天主賜給你求他的事。」她答說：「願你的婢女在你眼內蒙恩。」這女人就回了旅舍，吃完飯，不再愁容滿面。次日清早，她和丈夫起來朝拜了上主，就回了辣瑪本家。厄耳卡納認識了妻子亞納，上主也記念了她，亞納就懷了孕，生了一個兒子，給他起名叫撒慕爾，說：「因為是我向上主求得了他。」

撒慕爾紀上 2:1,4-5,6-7,8 亞納的頌謝詞

01. 我從心裏喜樂於上主，我的頭因天主而高仰；我可開口嘲笑我的敵人，因為我喜樂於你的救助。
04. 壯士的弓已被折斷，衰弱者反而力量倍增。
05. 曾享飽飫的，今傭工求食；曾受飢餓的，今無須勞役；不妊的生了七子，多產者反而生育停頓。
06. 上主使人死，也使人活；使人降入陰府，也將人由陰府提出；
07. 上主使人窮，也使人富；貶抑人，也舉揚人。
08. 上主由塵埃中提拔卑賤者，從糞土中高舉貧窮者，使他與王侯同席，承受光榮座位。大地的支柱原屬上主，支柱上奠定了世界。

聖馬爾谷福音 1:21-28

那時候，耶穌和他的門徒進了葛法翁；一到安息日，耶穌就進入會堂教訓人。人都驚奇他的教訓，因為他教訓他們正像有權威似的，不像經師們一樣。當時，在他們的會堂裏，正有一個附邪魔的人。他喊叫，說：「納匝肋人耶穌！我們與你有什麼相干？你竟來毀滅我們！我知道你是誰，你是天主的聖者。」耶穌叱責他說：「不要作聲！從他身上出去！」邪魔使那人拘攣了一陣，大喊一聲，就從他身上出去了。眾人大為驚愕，以致彼此詢問說：「這是怎麼一回事？這是新的教訓，並具有權威；他連給邪魔出命，邪魔也聽從他。」他的聲譽遂即傳遍了加里肋亞附近各處。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓
網址：<http://www.maryhcs.org> 電話：2838 0780
電郵：bonfire@maryhcs.org 傳真：2838 0876

我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。
 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。
 我願意響應聖母進教者之佑會呼籲，嘗試每天讀聖書做默想。

姓名：_____ (中) _____ (英) 電郵：_____

地址：_____ 電話：_____ 日期：_____